

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah salah satu mata pelajaran di sekolah yang merupakan media pendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap sportifitas, pembiasaan pola hidup sehat dan pembentukan karakter (mental, emosional, spiritual, dan sosial) dalam rangka mencapai tujuan sistem pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu pembelajaran yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Depdiknas, 2006:131). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2).

Selanjutnya, dapat diartikan bahwa tujuan dari pendidikan jasmani adalah melibatkan aktivitas psikis juga. Oleh karena itu, penyelenggara pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil, kreatif, memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman.

Standar Kompetensi - Kompetensi pendidikan jasmani untuk SMA salah satunya Kompetensi dasar: “Mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga beregu bola besar dan koordinasi yang baik serta nilai kerja sama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.”

Oleh sebab itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan siswa untuk melakukan pola hidup sehat. Cabang olahraga yang menjadi salah satu pembelajaran yang diajarkan di sekolah menengah atas adalah permainan bola besar yaitu bola voli salah satunya. Bola voli merupakan cabang olahraga permainan bola besar yang mudah dipahami oleh siswa ataupun masyarakat biasa. Di zaman sekarang bola voli sangat diminati oleh banyak orang terutama masyarakat di Indonesia, baik masyarakat perkotaan maupun pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini membutuhkan kerja sama tim. Disamping itu, sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bola voli dengan teknik benar yang diajarkan kepada siswa.

Permainan bola voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim berlawanan, masing – masing tim memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga bola voli dinaungi FIVB (*Federation Internationale de Volleyball*) sebagai organisasi internasional, sedangkan di

Indonesia olahraga bola voli dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli seluruh Indonesia).

Menurut Suharno yang dikutip Ariyani Lynda (2009:22) menyatakan bahwa bola voli adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang, bermain di lapangan dengan ukuran 9 x 18 meter, permainan dilakukan dengan cara memantulkan bola keudara hilir mudik dengan syarat pemain bersih dan setiap pemain berusaha menjatuhkan bola ke lapangan lawan.

Permainan bolavoli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua regu.pemainnya memakai seragam olahraga dengan dilengkapi atributnya.Tempat pertandingan menggunakan lapangan yang dirancang khususnya untuk olahraga ini, demikian halnya dengan bola.Pertandingan ini juga memiliki aturan permainan tersendiri yang mesti dipatuhi setiap pemainnya (Reni Sulastriani 2011:9).

Dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah olahraga beregu yang merupakan salah satu dari berbagai macam permainan bola besar yang dimainkan dalam 1 lapangan, terdiri dari dua regu yang saling berlawanan, masing-masing regu berisi 10 pemain dengan 6 pemain inti dan 4 pemain cadangan. Tujuan utama dari bola voli adalah memukul bola ke daerah lawan hingga lawan tidak dapat menerima bola dan mempertahankan daerah sendiri agar memenangkan suatu pertandingan.

Permainan bola voli semakin berkembang terutama pada tahun – tahun terakhir ini, sejalan dengan perkembangan permainan ini ikut pula

berkembang metode metode melatih baru dengan kombinasi teknik baru yang lebih efektif dan efisien. Begitu banyak Negara yang sebelumnya tidak di perhitungkan prestasinya saat ini dapat menghasilkan tim yang kompak dan cukup disegani,hal ini di sebabkan karena tiap-tiap tim mampu memanfaatkan potensi yang ada secara optimal. Potensi tim meliputi dalam group dan potensi yang dimiliki setiap pemain.

Permainan bola voli terdapat tehnik dasar yang meliputi *servis*, *passing*, *smash*, *block*. Dari tehknik teknik tersebut biasanya teknik servis yang harus di kuasai oleh suatu regu bola voli karena *servis* mempunyai potensi besar dan menghasilkan pointuntuk meraih kemenangan. Selain itu, *passing* bawah sangat menentukan jalannya permainan pada bola voli, oleh karena itu untuk pembelajaran bola voli di sekolah yang terpenting selain servis adalah passing yang harus dipelajari dan dikuasai dengan baik oleh siswa.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan pada siswa di SMK Negeri 3 Palembang, yaitu dengan mengikuti kegiatan bermain bola voli, di peroleh informasi bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran bola voli tersebut masih kurang optimal dalam melakukan *passing* terutama *passing* bawah disaat bermain bola voli. Berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) permainan bola voli di SMK Negeri 3 Palembang yaitu 75, dari 35 siswa khususnya kelas XI AKL 1 yang bisa melakukan passing bawah berjumlah 21 siswa untuk memenuhi standar KKM.

Berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) perlunya modifikasi dalam permainan bola voli yang mampu membuat siswa lebih efektif dalam

melakukan *passing* bawah. Agar siswa termotivasi untuk bergerak dalam melakukan *passing* bawah dalam permainan bola voli, melalui permainan 4 on 4 untuk meningkatkan *passing* bawah pada siswa kelas XI SMK Negeri 3 Palembang khususnya kelas AKL 1.

Permainan 4 on 4 adalah suatu permainan bola besar yang dimodifikasi agar memotivasi siswa bisa lebih efektif dalam melakukan permainan yaitu bola voli. Dimana selain memodifikasi jumlah pemain juga memodifikasi ukuran lapangan beserta jumlah point yang akan dihasilkan disaat bermain bola voli agar lebih efektif dalam melakukan permainan tersebut khususnya pada *passing* bawah.

Permainan 4 on 4 atau bisa disebut juga permainan bola voli mini yang merupakan modifikasi dari permainan bola voli standar yang mengembangkan peraturan-peraturan agar menarik dan lebih termotivasi dalam bermain. Permainan bola voli mini di desain untuk 4 orang pemain untuk setiap tim, artinya *four versus four* yang dimainkan pada lapangan dengan ukuran, panjang 12 m dan lebar lapangan 6 m. Bola voli mini adalah cara yang efektif untuk mempelajari teknik dasar khususnya *passing* bawah. selanjutnya tiap pemain lebih banyak menyentuh bola dan ukuran tempat bermain lebih kecil agar memudahkan untuk keterampilan *passing* bawah.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang pembelajaran bola voli dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Menggunakan Permainan 4 on 4 Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 3 Palembang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah permainan 4 on 4 dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Palembang?
2. Apakah dengan permainan 4 on 4 dapat memotivasi siswa agar menjadi lebih baik dalam melakukan *passing* bawah?
3. Apakah permainan 4 on 4 yang dilakukan dengan 3 siklus membuat semua siswa bisa melakukan *passing* bawah dengan baik?

C. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas XI di SMK Negeri 3 Palembang dengan hasil 60%.
2. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas XI di SMK Negeri 3 Palembang dengan hasil 80%.
3. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas XI di SMK Negeri 3 Palembang dengan hasil 60%.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi motivasi atau masukan bagi siswa untuk melakukan pembelajaran permainan bola besar yaitu bola voli.

Untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawahnya, untuk siswa kelas XI AKL 1 di SMK Negeri 3 Palembang.

2. Manfaat Praktis

a. Sekolah

Agar selanjutnya disekolah tersebut bisa lebih mengoptimalkan pembelajaran dalam permainan bola besar khususnya bola voli dengan adanya modifikasi permainan dan mengadakan sarana dan prasarana yang lebih baik.

b. Bagi Guru

Agar selanjutnya guru di sekolah tersebut bisa lebih mengoptimalkan pembelajaran dalam permainan bola besar khususnya bola voli dengan adanya modifikasi permainan.

c. Bagi Siswa

Proses pembelajaran permainan bola voli dengan menggunakan modifikasi permainan 4 on 4 dapat membuat siswa agar lebih efektif dalam melakukan *passing* bawah.